

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Autoestima en bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de  
la Universidad Inca Garcilaso de La Vega

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller William Camilo Yauris Polo

Lima-Perú

2017

## **DEDICATORIA**

Dedicado a mis padres: Julia Polo Velasque que me acompaña desde el más allá y Camilo Yauris Quintana que con su ejemplo de dedicación y constancia me enseñaron a no rendirme ante las situaciones difíciles de la vida.

### **AGRADECIMIENTO**

A mi esposa Yudy mi eterna compañera,  
mis tesoros Yuliana y Camila que son  
los que me brindan su apoyo y alegría  
en todo momento y por los cuales deseo  
cumplir todas mis metas propuestas.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.- 2016, expongo ante ustedes mi investigación titulado “AUTOESTIMA EN BACHILLERES DE PSICOLOGÍA DEL CURSO SUFICIENCIA PROFESIONAL DE LA UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

William Camilo Yauris Polo

## ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimientos	iii
Presentación	iv
Índice	iv
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi
<b>CAPÍTULO I: Planteamiento del problema</b>	<b>13</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática	13
1.2. Formulación del problema	14
1.2.1. Problema general	14
1.2.2. Problemas específicos.	14
1.3. Objetivos	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos.	14
1.4. Justificación e importancia	15
<b>CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual</b>	<b>16</b>
2.1. Antecedentes.	16
2.1.1. Internacionales	16
2.1.2. Nacionales.	17
2.2. Bases teóricas.	19
2.2.1. La autoestima	19
2.2.2. Características de la autoestima	22
2.2.3. Niveles de autoestima	22
2.2.3.1. Ramia	22
2.2.4. Escala de autorealización para alcanzar la autoestima	24
2.2.5. Teoría de los seis pilares	26
2.2.6. Autoestima de Coopersmith.	29

2.3. Definición conceptual	30
<b>CAPÍTULO III: Metodología</b>	<b>31</b>
3.1. Tipo y diseño de investigación	31
3.1.1. Tipo de investigación	31
3.1.2. Métodos de investigación	31
3.1.3. Diseño de investigación	31
3.2. Población y muestra	32
3.3. Identificación de la variable y su operacionalización	32
3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	33
<b>CAPÍTULO IV: Procesamiento, presentación y análisis de resultados</b>	<b>35</b>
4.1. Procesamiento y análisis de datos	35
4.2. Presentación de los resultados	35
4.2. Análisis y discusión de resultados.	41
4.3. Conclusiones	43
4.4. Recomendaciones	44
<b>CAPÍTULO V: Intervención</b>	<b>45</b>
5.1. Denominación del programa	45
5.2. Fundamento y justificación	46
5.3. Objetivos	46
5.4. Sector al que se dirige	47
5.5. Establecimiento de conductas problema/meta	47
5.6. Metodología de la intervención	47
5.7. Instrumentos o material a utilizar	47
5.8 Cronograma	48
<b>Referencias bibliográficas</b>	<b>57</b>
<b>Anexos</b>	<b>60</b>

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población estudiantil de suficiencia profesional.	31
Tabla 2. Operacionalización de variables e indicadores de la variable autoestima	33
Tabla 3. Medidas estadísticas descriptivas	36
Tabla 4. Niveles de autoestima general	36
Tabla 5. Frecuencia dimensión si mismo	37
Tabla 6. Frecuencia social pares	38
Tabla 7. Frecuencia dimensiones hogar padres	39
Tabla 8. Frecuencia dimensión Universidad	40

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Adaptación de Rodríguez	26
Figura 2. Adaptación de Branden	29
Figura 3. Nivel de Autoestima	37
Figura 4. Autoestima sí mismo	38
Figura 5. Autoestima social pares	39
Figura 6. Autoestima hogar padres	40
Figura 7. Dimensión Universidad	41



## **RESUMEN**

El presente trabajo es un estudio descriptivo sobre la autoestima de estudiantes que conforman en bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de La Vega, 2017. La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, es algo que se construye y se reconstruye por dentro.

Éste tiene como objetivo: Identificar, por medio del inventario de Coopersmith, el nivel de autoestima bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional. La muestra estuvo conformada por 48 estudiantes bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional, los resultados se puede decir que los alumnos no presentan un buen nivel de interacción social, ya que dentro de la Autoestima Social de los 48 alumnos posee un nivel alto de Autoestima 6, lo que se refleja en las malas relaciones interpersonales.

Palabra clave: Autoestima, si mismo, hogar pares.

## **ABSTRACT**

The present work is a descriptive study on the self-esteem of students who are conformed in bachelors of psychology of the professional proficiency course of the university Inca Garcilaso de La Vega, 2017. Self-esteem is the value feeling of our being, of our way of being, Of Who we are, mental and spiritual that shape our personality, is something that is built and rebuilt within.

It aims to: Identify, by Coopersmith's inventory medium, the self-esteem level of psychology of the professional proficiency course. The sample consisted of 48 undergraduate psychology students of the professional proficiency course, the results may indicate that students do not present a good level of social interaction, since within self-esteem, which is reflected in poor interpersonal relationships.

Key word: Self-esteem, self, home peer.

## INTRODUCCIÓN

Toda persona tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferente manera. Muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores, según el lugar físico, sentimental y emocional, éstos pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o haciendo referencia a la autoestima.

Según Acosta y Hernández (2004) la autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, por lo tanto, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Otro factor depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en donde se encuentre y los estímulos que este nos brinda.

En los estudiantes del nivel superior el problema de autoestima baja tampoco se debe de dejar pasar por alto ya que un estudiante con estas características repercutirá en su formación profesional.

Todo lo anterior señala la existencia de un amplio complejo motivacional que nos impulsó a realizar la presente investigación: establecer la influencia de la autoestima en los estudiantes de la Facultad de Psicología y trabajo social.

La tesis está estructurada en cuatro capítulos:

En el primer capítulo se presenta la identificación y determinación del problema, la formulación del problema, formulación de objetivos, así como la justificación y limitación de la investigación.

El segundo capítulo expone los diferentes antecedentes de estudios directamente vinculados con nuestro trabajo de investigación para luego desarrollar las bases teóricas actualizadas, así como la determinación de términos básicos, identificación de las variables y la operacionalización de estas.

En el tercer capítulo la metodología y técnicas de investigación precisando el tipo, método y diseño de investigación. Las técnicas e instrumentos de recolección de datos, el procesamiento de estas

En el cuarto capítulo es el desarrollo del trabajo de campo donde se presenta el análisis e interpretación de los resultados obtenidos, la discusión de los resultados.

Finalmente, las conclusiones, las recomendaciones, propuesta de un programa de prevención e intervención, referencias bibliográficas y los anexos donde consideramos el instrumento de recolección de datos.

# **CAPÍTULO I**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1 Descripción de la realidad problemática**

En el presente trabajo de investigación se hablara y profundizara sobre el nivel de autoestima de los estudiantes y tanto así muchas personas afirman que tienen tantos problemas que no pueden salir adelante y lograr colocar sus vidas al nivel en el que desearían tenerla. Es cierto que no todos cuentan con las mismas oportunidades, el mismo nivel de autoestima, la misma preparación intelectual ni la misma base económica.

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, esta se aprende, cambia y la podemos mejorar en todo momento.

Según como se encuentra nuestra autoestima, esta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de mí mismo, potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso personal.

Iannizzotto, (2009) refiere: Los sentimientos de autoestima en particular, y la felicidad en general, se desarrollan como efectos secundarios: de superar los problemas, de realizar las tareas con éxito, de vencer la frustración y el aburrimiento, y sobre todo de obrar y de hacer el bien. El sentimiento de autoestima es un efecto de hacer las cosas bien y de hacer el bien. Y una vez que ésta se ha asentado en el niño, mueve a nuevos esfuerzos, en búsqueda de nuevos logros (p.103).

La presente investigación se desarrolló en la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, durante el año 2017 y los participantes serán los alumnos de la facultad y la variable que se establecerá es: la autoestima.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es el nivel de autoestima en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, 2017?

### **1.2.2. Problemas específicos.**

1. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión si mismo de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?
2. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión social-pares de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?
3. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión hogar-padres de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?
4. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión universidad de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar el nivel de autoestima en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, 2017.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

1. Identificar el nivel de autoestima en su dimensión si mismo en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.
2. Identificar la autoestima en su dimensión social pares en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.

3. Identificar la autoestima en su dimensión hogar-padres en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.
4. Identificar la autoestima en su dimensión universidad en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.

#### **1.4. Justificación e importancia**

El presente estudio tiene mayor importancia puesto que hace énfasis en los aspectos muy relacionados con el estudiante y su autoestima.

Lo relevante de la autoestima en la educación es porque tiene que ver con el estudiante, con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del alumno consigo mismo. Cada vez que se establece una interacción, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen de esa persona.

De este modo, la interacción de la autoestima con el estudiante va teniendo repercusiones en el sentimiento de confianza de sí mismo que desarrolla el alumno, es decir, se siente que lo hacen bien o mal.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el alumno tiene una autoestima alta se comportara en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitara el trabajo.

Si su autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable.

Por lo tanto, considero que la presente investigación ayudará a que los estudiantes mejoren su autoestima para el pleno desarrollo de su personalidad y serán conscientes de sus potencialidades y necesidades.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **2.1. Antecedentes**

En la presente investigación se plantean los antecedentes que reportan cierta similitud en el trabajo de investigación y con la propuesta del estudio, las mismas que se detallan a continuación.

##### **2.1.1 Internacionales**

**Pachec, Luarte, Pérez & Linzmayer (2015).** Incidencia en la autoestima, a partir de una intervención pedagógica basada en el Karate tradicional, en estudiantes de una Universidad del Sur de Chile., llegándose como resultado los siguiente de las áreas medidas, las que tuvieron un mejoramiento notorio, fueron autoestima total y en el área estudios. En tanto, en las áreas social, sí mismo y hogar, no se produjeron cambios superiores al 60% de la muestra, situación atribuible a la complejidad de estas áreas en lo personal y social, por lo cual, se requiere de intervenciones de mayor tiempo.

**Carrillo (2009)** realizó un estudio en Colonia Insurgentes titulado “la familia, la autoestima y el fracaso escolar del adolescente nivel bachillerato aunado a una especialidad de tecnología” investigación descriptiva, como resultado a todo lo largo de la investigación observamos que autoestima se divide en: autoestima alta y baja: como es obvio cuando una persona tiene la autoestima alta, acepta cualquier dificultad que se le presente en el plano personal y profesional, mientras que la baja son personas menos optimistas, le tienen a los retos y a los cambios que se les pueden presentar en el transcurso de su vida.

**Cava et al. (2000)** han realizado un estudio que tuvo como objetivo determinar los efectos directos e indirectos de la autoestima en el ánimo depresivo. La muestra estuvo constituida por 405 jóvenes universitarios entre los 18 y 31 años. Los resultados permitieron constatar la existencia de efectos directos en el ánimo depresivo en el caso de las dimensiones de autoestima familiar, intelectual, corporal y de amistad; también



efectos indirectos en el caso de las dimensiones de autoestima social, emocional y autoconfianza.

**Ortiz (2006)** estudio que lleva como título “Habilidades sociales y autoestima en estudiantes de la universidad Rafael Urdaneta” investigación tipo y nivel descriptivo, llegándose a las siguientes conclusiones del trabajo los niveles de autoestima de los estudiantes de la Universidad Rafael Urdaneta se ubican en la categoría de alta, lo que muestra que los estudiantes se muestran seguros de sí mismos y confiados; las variables sociales y autoestima poseen una correlación significativa media, con un coeficiente de Pearson de 0.47.

**García (2005)** estudio que lleva como título “autoconcepto, autoestima y su relación con el rendimiento académico Universidad de Autónoma de Nuevo León” Investigación tipo y nivel descriptivo correlacional, llegándose a las siguientes conclusiones del trabajo, todas las variables se correlacionan: en primer lugar, la física, en segundo lugar la conducta y en tercero la social y en cuarto lo académico. Esto indica que la autoestima no está afectada principalmente por el rendimiento académico (calificaciones) sino con aspectos relacionados con el autoconcepto.

### **2.1.2 Nacional**

**Nolasco (2014)** estudio realizado que titula “Autoestima y estrés académico en los estudiantes de la clínica estomatológica de la universidad privada Antenor Orrego, Trujillo-” investigación descriptiva transversal que tuvo como resultado Con respecto a los niveles de autoestima encontrados, la gran mayoría de los estudiantes de la Clínica Estomatológica de la UPAO tienen autoestima alta; Debido a los niveles de autoestima encontrados según la edad, la edad no influye de manera significativa en el nivel de autoestima de los estudiantes de la Clínica Estomatológica de la UPAO.

**Lachira (2014)** utilizó la risoterapia en intervención de enfermería en el incremento de la autoestima en adultos mayores, estudio es tipo

cuantitativo, de nivel aplicativo, los resultados mostraron que el nivel de autoestima de los adultos mayores antes de la participación en el programa de intervención: Risoterapia, fue de nivel bajo 1 (5%), medio bajo con 9 (47.3%) y medio alto con 9 (47.3%). Con respecto a los adultos mayores que presentaron un nivel de autoestima bajo y medio bajo.

**Ceballos y Suarez (2015)** investigaron la ideación suicida, depresión y autoestima en adolescentes, estudio de tipo no experimental descriptivo, transversal de tipo correlacional, como resultado se registraron los aspectos sociodemográficos teniendo en cuenta los niveles de autoestima, encontrando que del género femenino 18% poseen baja autoestima, el 24% poseen presentan su autoestima de nivel medio y 8% manifiestan una autoestima alta.

**Alva (2016)** Fortalecimiento de la autoestima mediante la psicoterapia Gestalt en estudiantes del primer ciclo de una universidad privada de Lima metropolitana el presente estudio hizo uso del método experimental y el diseño que se utilizó para la presente investigación fue el cuasi experimental de dos grupos, teniendo como conclusión El programa de autoestima basado en la psicoterapia gestalt ayuda a mejorar significativamente el nivel de autoestima de los alumnos del primer ciclo de una universidad de Lima Metropolitana. El programa de autoestima basado en la psicoterapia gestalt fortaleció significativamente el factor personal de la autoestima de estudiantes del primer ciclo de una universidad privada de Lima Metropolitana.

**Castañeda (2013)** con su estudio “Autoestima, claridad de auto concepto y salud mental en adolescentes de Lima Metropolitana Lima”. Investigación es de tipo descriptiva, cuyo objetivo principal es conocer los niveles de autoestima existentes en estudiantes del primer año de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La muestra estuvo constituida por 100 estudiantes de ambos sexos, a quienes se aplicó el Test de Autoestima. Los resultados de esta prueba fueron analizados a través del paquete de análisis estadístico para la

investigación en Ciencias Sociales SPSS (versión 22). Mediante el estadístico Cuartiles, además del alfa de Cronbach con el cual se conoció la confiabilidad. Entre los resultados se halló un alto índice de nivel medio de Autoestima, se encontraron niveles altos de la dimensión física-personal, dentro de la población objetivo, opuesto a esto, los índices de la dimensión social arrojaron un porcentaje relevante, por el contrario la Autoestima Familiar arrojó altos porcentajes en un nivel bajo.

## **2.2. Bases teóricas**

Muchas personas afirman que tienen tantos problemas que no pueden salir adelante y lograr colocar sus vidas al nivel en el que desearían tenerla. Es cierto que no todos cuentan con las mismas oportunidades, el mismo nivel de Autoestima, la misma preparación intelectual ni la misma base económica.

### **2.2.1. La autoestima**

No existe un concepto único sobre Autoestima, más bien hay diferentes formas de entender lo que significa.

Según Brown, Dutton, y Cook, (2001) citado por Muñoz, (2011) “Los intentos por definir autoestima van desde un énfasis en ella como impulso libidinal primitivo (Kernberg, 1975), hasta la percepción que uno es un miembro valioso de un universo significativo (Solomon, Greenberg y Pyszczynski, 1991, p. 616).

Por ende, la autoestima desde el sentimiento de quererse a uno mismo refiere. Coopersmith (1967), uno de los autores clásicos en el tema, define la autoestima como el grado en que un individuo se considera a sí mismo capaz, significativo, exitoso y valioso (en Soureshjani y Naseri, 2011). Para Kernis (2003), la autoestima global es un constructo afectivo que consiste en emociones relacionadas con sentirse valorado, querido, y aceptado.

“Una autoestima alta estará caracterizada por el amor por uno mismo, y una baja autoestima se caracteriza por sentimientos

moderadamente positivos o ambivalentes hacia uno mismo” (Brown *et al.*, 2001 p. 616).

Iannizzotto (2009) plantea que: “El termino autoestima es el sentimiento que surge en nosotros después de la captación de la persona que somos. Comprendemos, pues, a la autoestima como una valoración, y como tal es un acto combinado de conocimiento y afectación. Conocimiento de sí mismo, autoconcepto y estado afectivo consecuente de estima o rechazo” (p.81).

Además, agrega que “...la autoestima es el soporte donde se sujetan y se apoyan otras vivencias afectivas. Por ello vemos a personas, muy desestimadas de sí mismas, que no son capaces de valorar positivamente nada de lo que tienen o las rodea. Esta comprensión de la autoestima como “centro y soporte” de la vida afectiva pasa desapercibida desde otras perspectivas” (Iannizzotto, 2009, p.87).

Otro autor como Yagosesky, (como se citó en Ferrer, 2003), propone que la autoestima comprende dos niveles: un nivel energético y otro psicológico.

#### **1. En cuanto a lo energético señala:**

“la autoestima es la fuerza innata que impulsa al organismo a la vida, hacia la ejecución armónica de todas sus funciones y hacia su desarrollo, que le dota de organización y direccionalidad en todas sus funciones y procesos, ya sean estos cognitivos, emocionales o motores” (p. 13).

#### **2. En lo referente a lo psicológico, puntúa:**

“la autoestima es el resultado del proceso de valoración profunda, íntima y personal que cada uno hace de sí mismo en todo momento,

esté o no esté consciente de ello. Este resultado es observable, se relaciona con nuestro sentido de valía, capacidad y merecimiento y es a la vez, casusa de nuestros comportamientos” (p. 14).

**Ribeiro, (2012)** La autoestima es un complejo y dinámico sistema de percepciones, creencias y actitudes de un individuo sobre sí mismo. Es multifacético, multidimensional pues incluye cuatro dimensiones: Autoconcepto académico, autoconcepto social, autoconcepto emocional y autoconcepto fisicomotriz. Por lo tanto, la autoestima alude a una actitud hacia uno mismo que se expresa en la forma habitual de pensar, amar, sentir, trabajar, estudiar y comportarse.

Para nosotros la autoestima es la suma de la confianza y el respeto que debemos sentir por nosotros mismos y refleja el juicio de valor que cada uno hace de su persona para enfrentarse a los desafíos que presenta existencia y sus principales componentes o factores son los sentidos de seguridad autoconcepto, auto aceptación, pertenencia, motivación y competencia.

La autoestima es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta en el concepto de nuestra valía personal y de nuestra capacidad, es pues la suma de la autoconfianza del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que no tenemos a nosotros mismos.

Considerada como actitud, la autoestima es la forma habitual de percibirnos, de pensar, de sentir y de comportarnos con nosotros mismos. Es la disposición habitual con la que nos enfrentamos con nosotros mismos y evaluamos nuestra propia identidad.

### **2.2.2. Características de la autoestima.**

Para Mathew y Faning (como se citó en Amado, 2004) existen cuatro características de autoestima:

1. **Aprecio:** aprecio genuino sobre uno mismo como persona, independiente de lo que puede hacer o poseer, sabiendo que es igual a todos. Apreciar: talentos habilidades, cualidades corporales, mentales espirituales, etc., le encantan sus cualidades manifiestas y sea es más capaz si se lo propone. Disfruta de sus logros sin jactancia.
2. **Aceptación:** Tolerante y esperanzado de sus errores, defectos, debilidades y fracasos: reconoce serenamente los efectos desagradables de su personalidad. Se responsabiliza de sus actos, sin sentirse excesivamente culpable de sus desaciertos.
3. **Afecto:** actitud positivamente amistosa, compresiva y cariñosa frente a sí mismo. Que está en paz y no en guerra con sus propios pensamientos y sentimientos, con su imaginación y con su cuerpo. Disfruta la soledad, pues se encuentra bien consigo mismo.
4. **Atención:** cuidado fraternal de sus necesidades reales: físicas, intelectuales y espirituales.

### **2.2.3. Niveles de autoestima**

#### **2.2.3.1. Ramia**

Ramia (2002) expone que sujetos o estudiantes con alta autoestima son exitosos tal como menciona en lo siguiente:

##### **a) Alta autoestima**

Se caracterizan como activos, con éxitos sociales y académicos, más seguros de sí mismo, comunicativos, creativos, originales, independientes, dirigen y participan en las discusiones antes de escuchar pasivamente, irradian confianza y optimismo y esperan obtener el éxito al esforzarse, confían en sus propias percepciones, hacen amistades con facilidad.

## **b) Baja autoestima**

Según, Craighead, McHeal y Pope (como se citó en Amado, 2004) afirman que los sujetos con alta autoestima, reflejan un autoconcepto positivo sobre su imagen corporal, así como en relación a sus habilidades académicas, familiares y sociales, demostrando de este modo su auto confianza, y fortaleciendo sus debilidades; es decir, son seguros, confiados, eficientes, dignos, resuelven problemas y demuestran habilidades de comunicación. Sin embargo, existen sujetos que pueden exhibir una conducta positiva artificial hacia sí mismo y hacia los demás, en un intento desesperado de hacer creer a otros y al el mismo tener una autoestima alta. Por ello pueden retraerse, evitando el contacto con los otros, puesto que temen más tarde o temprano lo rechacen.

## **c) Autoestima media**

Son personas que se caracterizan por ser optimistas, expresivos y capaces de aceptar la crítica pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, tendiendo a la búsqueda de experiencias que le conduzcan al fortalecimiento de su autovaloración; tienden a depender esencialmente de la aceptación social.

Son personas que intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás, aunque en su interior están sufriendo. Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones ésta puede llegar a ceder. Aquellos que posean ésta forma de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoya en alguna acción su autoestima crecerá, pero, por el contrario, cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza caiga un poco.

Estos vaivenes no muy acusados en los que se ven este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora

de enfrentarse a los retos, sobre todo los retos profesionales. Branden (1998) dice “tener un término medio de autoestima es fluctuar entre sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona. Actuará a veces con sensatez, a veces tontamente, reforzando, así, la inseguridad” (p.21).

#### **d) Autoestima media o relativa**

El individuo que presenta una autoestima media se caracteriza por disponer de un grado aceptable de confianza en sí mismo. Sin embargo, la misma puede disminuir de un momento a otro, como producto de la opinión del resto. Es decir, esta clase de personas se presentan seguros frente a los demás aunque internamente no lo son.

De esta manera, su actitud oscila entre momentos de autoestima elevada (como consecuencia del apoyo externo) y períodos de baja autoestima (producto de alguna crítica).

### **2.2.4. Escala de autorrealización para alcanzar la autoestima**

A su vez Schuller (como se citó en Rodríguez y Pellicer, 1998), menciona que es importante que el hombre reconozca el yo biopsicosocial, para poder conocer y desarrollar la autoestima, es por ello que plantea la escala de autorrealización para alcanzar la autoestima, la cual debe estar conformada por lo siguiente:

#### **a) Autoconocimiento**

El autoconocimiento es conocer las partes que componen el yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades, los papeles que vive el individuo y a través de los cuales se conoce por qué y cómo actúa y siente. Al conocer todas sus partes, que desde luego no funcionan por separado, sino que entrelazan para apoyarse una en la otra, el individuo lograra tener una personalidad fuerte y unificada. Si una de estas partes funciona de manera diferente, las



otras se verán afectadas y su personalidad será débil y dividida con sentimientos de ineficiencia y des valoración.

**b) Autoconcepto.**

El autoconcepto es una serie de creencias que se tienen de sí mismo, que se manifiestan en la conducta. Si alguien se cree tonto, actuará como tal.

**c) Autoevaluación.**

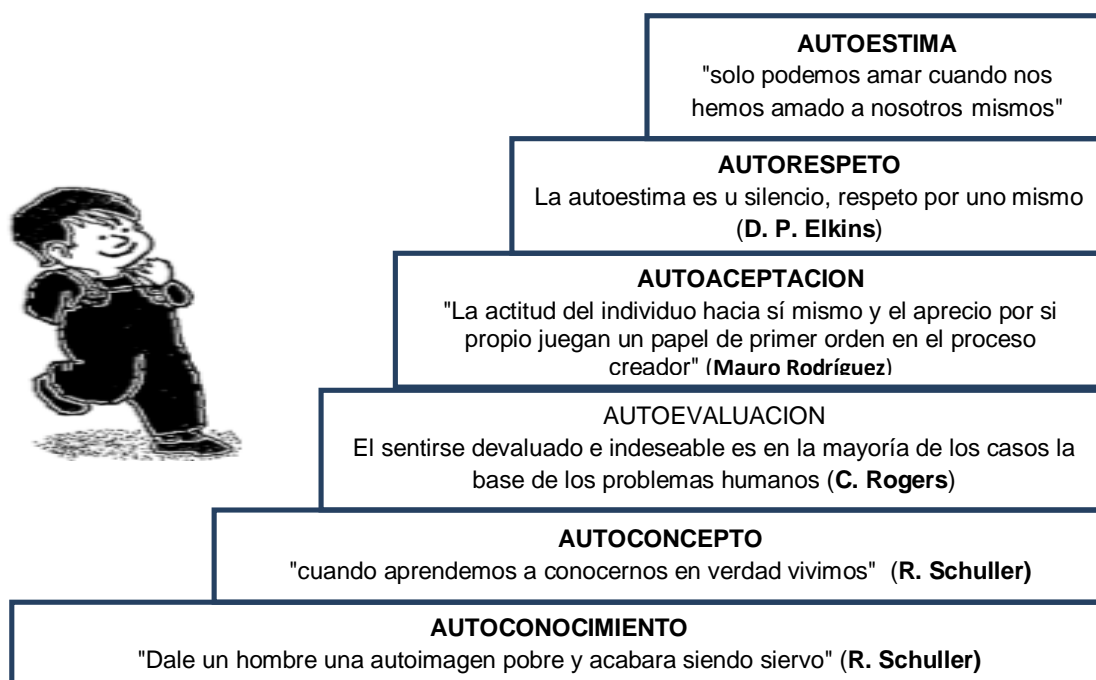
La autoevaluación es la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas: si lo son para el individuo; si le satisfacen, si son interesantes; enriquecedoras; si le hacen sentir bien, y si le permiten crecer y aprender. Y considerarlas como malas, si lo son para el individuo, si no le satisfacen, si carecen de interés, si le hacen daño y no le permiten crecer.

**d) Autoaceptación.**

La autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como o la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello.

**e) Autorespeto**

El auto respeto es atender y satisfacer necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que haga sentirse al individuo orgullos de sí mismo.



*Figura 1. Adaptación de Rodríguez (1988, p.35).*

Como se aprecia en la figura 01 hace mención de 6 pasos para llegar a la autoestima; concientizando el valor, la importancia y la responsabilidad de ser uno mismo. Así tener la oportunidad de conocer mejor así mismo y poder alcanzar una autoestima.

#### 2.2.5. Teoría de los seis pilares.

Branden (1950) menciona que la autoestima es una consecuencia, un producto de prácticas que generan interiormente, no podemos trabajar directamente sobre la autoestima, ni sobre la nuestra ni la de nadie. Es necesaria la práctica de los 6 pilares para estimular la autoestima en nosotros mismos, en la escuela, en el puesto de trabajo; etc. La psicoterapeuta Nathaniel Branden sugiera que para elevar la autoestima y obtener un desarrollo interior pleno debemos de utilizar 6 prácticas fundamentales, estas son:

- La práctica de vivir conscientemente.
- La práctica de aceptarse a sí mismos.

- La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo.
- La práctica de la autoafirmación.
- La práctica de vivir con propósito.
- La práctica de la integridad personal.

**1. Vivir conscientemente:** es respetar la realidad sin evadirse ni negarla,

Estar presente en lo que hacemos mientras lo hacemos "donde está mi cuerpo, esta mi mente". Ser conscientes del mundo interno como el de externo. Una persona consiente, reflexiona analiza, pondera y juzga los acontecimientos de sus causas y consecuencias. Es decir, saber tomar decisiones libremente y acepta las consecuencias de sus actos.

**2. Autoaceptarce:** no negar ni rechazar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, no podemos superar los sentimientos indeseables si nos acepamos lo que tenemos cuando hay auto aceptación, no hay enfrentamientos con nosotros mismos, no me convierto en mi propio enemigo. Hay que comprender nuestro potencial, hay que aceptar no solamente nuestros errores si nos también aceptar todas nuestras potencialidades y el hacerlo implicara mayores responsabilidades. Cuando rechazamos y sacrificamos parte de nosotros mismos sean cuales fueran las razones, el resultado es que empobrecemos nuestro sentido del yo.

**3. Ser autoresponsable:** hay que reconocer que somos los autores de:

- Nuestras decisiones y nuestras acciones.

La realización de nuestros deseos.

- La elección de nuestras compañías.
- De cómo tratamos a los de más en nuestra familia, en el trabajo, amistades.
- Como tratamos nuestro cuerpo.

- Nuestra felicidad

**4. Tener autoafirmación:** es respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos. Tratarnos a nosotros mismo con dignidad en nuestra relación con los demás. Ser auténticos y defender nuestras convicciones, valores y sentimientos. Es comunicarnos asertivamente con nosotros mismos y con los que nos rodean.

**5. Vivir con determinación o propósito en la vida:** significa asumir la responsabilidad de identificar nuestras metas y llevar a cabo las acciones que nos permitan alcanzarlas y mantenernos firmes hasta llegar a ellas. Al poseer buena autoestima nosotros tenemos el control de nuestra vida y no el exterior que nos rodea.

**6. Vivir con integridad es:** Tener principios con conducta a los que nos mantengamos fieles en nuestras acciones.

- Ser congruentes con lo que pensamos, decimos y actuamos.
- Respetar nuestros compromisos y mantener nuestras promesas.

Los problemas de son frecuentes en el ambiente educacional y las actitudes que proponen Nathaniel Branden son de suma importancia para que el docente enseñe y practique con sus alumnos, de manera que progresivamente puedan eliminar conceptos y comportamientos que destruyan su identidad y felicidad.

De la misma manera se podrá cimentar valores, principios que ayuden a la convivencia entre pares, demostrando su capacidad y convicción para cumplir con tareas asignadas, alcanzar sus metas, enfrentar y disfrutar la vida.

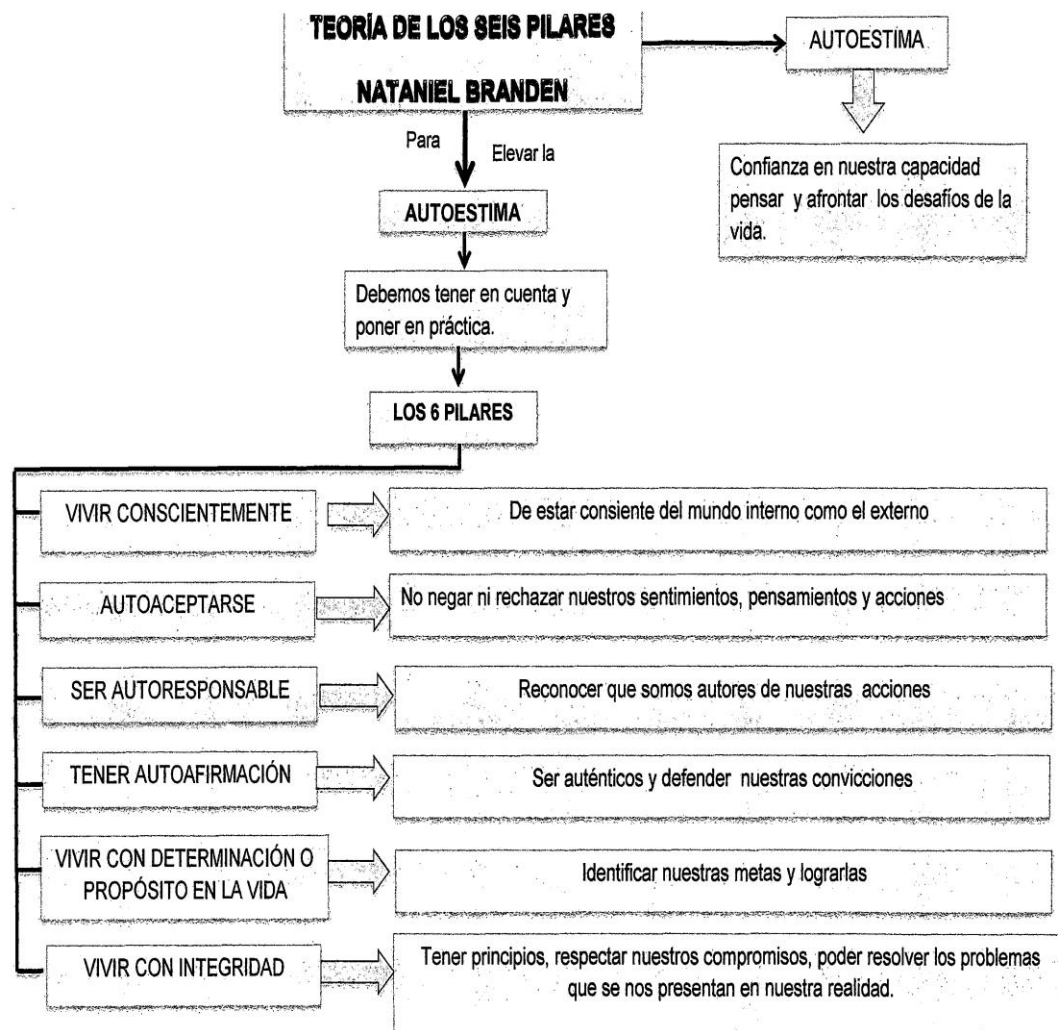


Figura 2. Adaptado de Branden (1950).

Como se aprecia en la figura 02 las virtudes que nos exige la autoestima son también la que nos pide la vida, y con la práctica de los 6 pilares de la autoestima lograremos en mejora la disposición y voluntad de vivir en armonía.

## 2.2.6 Autoestima Coopersmith

Stanley Coopersmith, considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo en 1981, Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí mismo, se expresa a través de sus actitudes de aprobación y

desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo.

### 2.3. Definición conceptual

- **Autoestima:** Evaluación que una persona hace y comúnmente mantiene con respecto a si mismo (Coopersmith, 1990).
- **Autoconcepto:** Es el conjunto de pensamiento, ideas, opiniones y percepciones que manejamos con respecto a nosotros mismos.
- **Social pares:** Los niveles altos de autoestima en este test indican que el sujeto posee mayores dotes y habilidades sociales, puesto que sus relaciones con amigos y colaboradores son positivas expresando en todo momento su empatía y asertividad, evidencian un sentido de pertenencia y vínculo con los demás. La aceptación social y de sí mismo está muy combinado.
- **Universidad:** los estudiantes que poseen un nivel alto de autoestima en este sub test poseen buena capacidad para aprender, afronta adecuadamente las principales tareas académicas, alcanzan rendimientos académicos mayores de lo esperado. Son más realistas en la evaluación de sus propios resultados de logros y no se dan por vencidos fácilmente si algo les sale mal, son competitivos, se trazan metas superiores que se sientan desafiados por los obstáculos. Trabaja a satisfacción tanto a nivel individual como grupal.
- **Los alumnos** que se encuentran en el nivel bajo presentan falta de interés hacia las tareas académicas, alcanzan rendimientos académicos muy por debajo de los esperado, se dan por vencidos fácilmente cuando algo les sale mal, son temerosos y no se arriesgan por temor al fracaso, no son capaces de enfrentar las demandas que les ponen. No son competitivos, no trabajan a gusto tanto a nivel individual como grupal.

## CAPÍTULO III METODOLOGÍA

### 3.1. Tipo y diseño utilizado

#### 3.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es aplicada, ya que sirve para resolver problemas; asimismo, es de enfoque cuantitativa. Hernández, Fernández y Baptista (2006) nos dicen que “el investigador recolecta datos numéricos de los objetos, fenómenos o participantes, que estudia y analiza mediante procedimientos estadísticos” (p. 5).

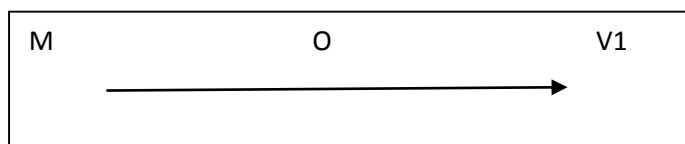
#### 3.1.2. Métodos de Investigación

El método es el descriptivo porque consiste en describir, analizar e interpretar sistemáticamente un conjunto de hechos o fenómenos y sus variables que les caracterizan de manera tal como se dan en el presente **Sánchez Carlessi, (2006 p.50).**

#### 3.1.3. Diseño de investigación

El diseño de la investigación es no experimental, ya que no existe manipulación activa de alguna variable tal como refiere el autor “Es la que se realiza sin manipular deliberadamente variables” **Hernández, et al. 2006 p.48).**

El diseño de la presente investigación se encuentra en el siguiente cuadro:



**Donde:**

M: Muestra de estudio

O: Nos indican las observaciones obtenidas en la variable.

V1: Autoestima

### 3.2. Población y muestra

#### a. Población.

Según **Sánchez, H. (1994 p.98)**. La población comprende a todos los miembros de cualquier clase bien definida de personas, eventos u objetos.

La población estuvo constituida por 48 estudiante de la Modalidad Trabajo de Suficiencia Profesional de Psicología y Trabajo Social.

Tabla 1

*Población estudiantil de suficiencia profesional.*

	Cantidad	%
Psicología	48	100 %
Total	48	100 %

Adaptación de la fuente, registro de aulas de los estudiantes de suficiencia profesional psicología y trabajo social, total de la población a trabajar en la investigación.

#### b. Muestra.

La muestra se considera censal pues se seleccionó el 100% de la población al considerarla un número manejable de sujetos. En este sentido Ramírez (1997) establece la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra.

Población=48

Muestra=48

### 3.3. Identificación de variables y su operacionalización.

En el presente trabajo de investigación se da a conocer de la siguiente manera la variable a trabajar con los estudiantes de la modalidad Trabajo de suficiencia profesional de psicología y trabajo social



Variable:

### **Autoestima**

Estima de uno mismo y quererse tal como somos en todo momento de la vida, ser una persona asertiva y proactiva, cuando uno se ama y se quiere puede querer a otras personas tal como es respetando su cultura.

Tabla 2

*Operacionalización de variables e indicadores de la variable autoestima*

Variable	Definición operacional	Indicador
<b>Autoestima del estudiante</b>	Es un juicio personal de dignidad que se expresa en la forma de pensar amar, estudiar.	Si mismo Social pares Hogar padres Universidad
<b>Valores</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• alto</li><li>• medio alto</li><li>• medio bajo</li><li>• bajo</li></ul>

Adaptación propia, fuente del registro de la ficha técnica de Coopersmith  
Año de Edición: 1997 variable a trabajar a y los indicadores a medir en el presente trabajo de investigación.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico**

La técnica que utilizaremos para la recolección de datos será la Encuesta con su instrumento que será el Inventario de Autoestima de Coopersmith.

#### **a) ficha técnica**

**Autor:** Stanley Coopersmith.

Año de Edición: 1997

**Traducción:** Panizo M.I.

**Adaptación:** Chahuayo, Aydee y Díaz Betty

**Ámbito de Aplicación:** de 16 a 25 años.

**Forma de Administración:** Individual y Colectiva.

Normas que ofrece: Los sistemas de medida dan lugar a varias modalidades de normas.

El Inventario de Autoestima de Coopersmith está constituida por 58 afirmaciones, con respuestas dicotómicas (SI – NO), que brindan información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de 4 sub test.

**Características:** El Coopersmith contiene 58 ítems. También incluye una escala que evalúa las respuestas inconsistentes.

## CAPÍTULO IV

### PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de resultados.

Luego de reunir la información con los instrumentos mencionados, se procedió a:

- Tabular la información, codificarla y transferirla a una base de datos computarizada (IBM SPSS, 22 y MS Excel 2016).
- Determinar la distribución de las frecuencias y el nivel de autoestima en las facultades de psicología y trabajo social (porcentajes), de los datos del instrumento de investigación.
- Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas:

Valor Mínimo y Máximo

Media aritmética:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

#### 4.2. Presentación de resultados

A continuación se iniciará con la presentación de los resultados obtenidos por medio del instrumento utilizado en esta investigación. Estos resultados serán muestra cuantitativa sobre el diagnóstico de cómo se presenta la población evaluada. Estos resultados, servirán a futuro para el planteamiento del programa de intervención que tiene como objetivo subsanar los resultados que presenten déficit en nuestra muestra, para así poder mejorar y cambiar la situación actual.

Tabla 3

*Medidas estadísticas descriptivas*

<b>Autoestima</b>	
Válido	48
Perdidos	0
Media	80,2
Mínimo	20
Máximo	100

Se puede observar que la variable autoestima presenta un promedio de 80,2 en la muestra lo que significa según el nivel esperado una autoestima alta. Con un valor mínimo de 20 que representa a una autoestima baja y un valor máximo de 100 que representa una autoestima alta, lo que significa que por lo menos un estudiante se encuentra en el nivel de autoestima baja y por lo menos un estudiante posee una autoestima alta, presentando así una heterogeneidad en la muestra.

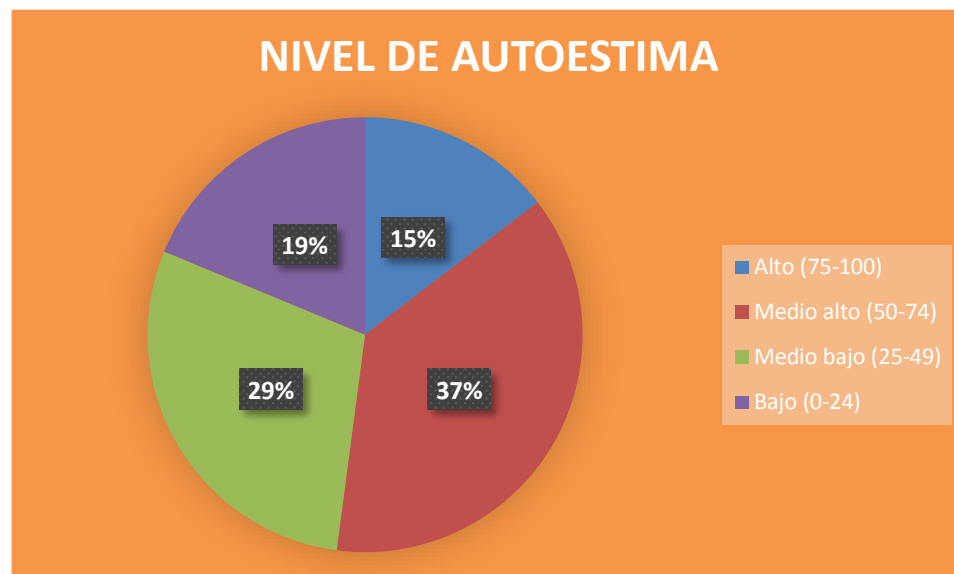
Tabla 4

*Niveles de autoestima general*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>
1. Alto (75-100)	7
2. Medio alto (50-75)	18
3. Medio bajo (25-49)	14
4. Bajo (0-24)	9

En los estudiantes de la Facultad de Psicología, se puede observar que la mayor cantidad de estudiantes está representado por 18 nivel medio alto, en el nivel medio bajo se encuentran 14, en el nivel alto está representado

por 07 y en el nivel bajo se encuentran un grupo de 09 lo que significa que hay estudiantes con nivel de autoestima bajo.



*Figura 3. Nivel de autoestima*

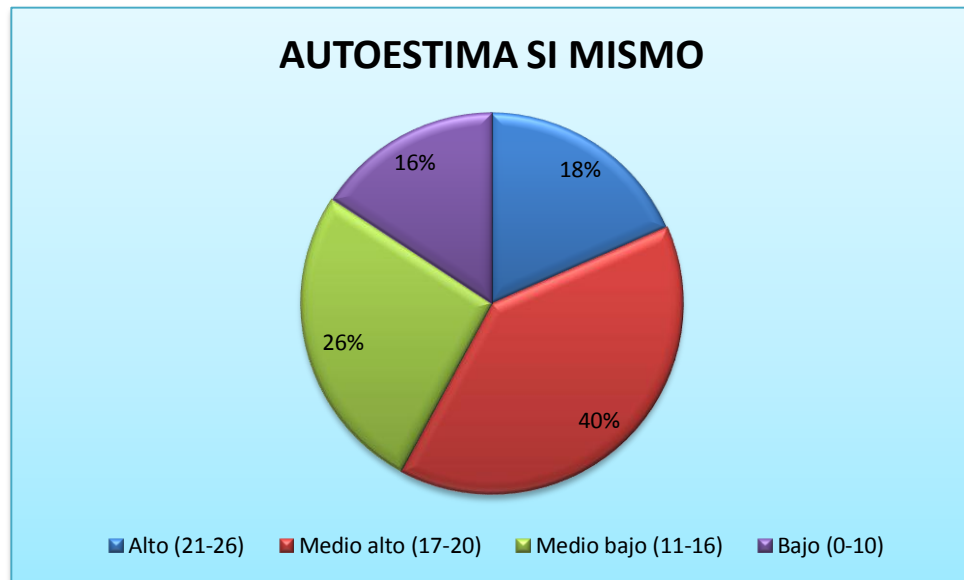
En el grupo de estudiantes de la Facultad de Psicología, se puede observar que el mayor porcentaje es 37% que significa un nivel de autoestima medio alto, el 29% de estudiantes representa el nivel de autoestima medio bajo, el 15% de estudiantes representa el nivel de autoestima alto y el 19% que significa el nivel de autoestima bajo, con la cual observamos que el mayor porcentaje de los estudiantes muestran una autoestima alto y medio alto.

Tabla 5

*Frecuencia dimensión si mismo*

Niveles	Frecuencia
1. Alto (26)	07
2. Medio alto (24-25)	25
3. Medio bajo (22-23)	10
4. Bajo (0-21)	06

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión si mismo la mayor cantidad de estudiantes está representado por 25 medio alto, siguiente un nivel alto 07, el nivel medio bajo 10 y el nivel bajo con 06.



*Figura 4. Autoestima sí msmo*

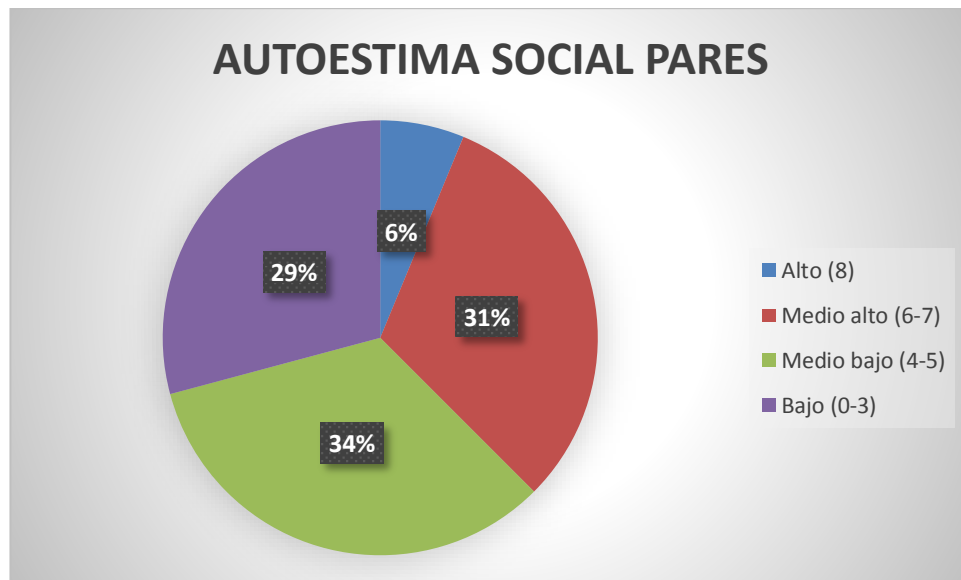
En la autoestima de si mismo, se puede observar que el mayor porcentaje es 40% que significa una autoestima medio alto, el 26% de los estudiantes representa una autoestima de nivel medio bajo, el 18% de los estudiantes representa una autoestima de nivel alto y el nivel de autoestima bajo el 16% de los estudiantes.

**Tabla 6**

*Frecuencia social pares*

Niveles	Frecuencia
1. Alto (08)	03
2. Medio alto (6-7)	15
3. Medio bajo (4-5)	16
4. Bajo (0-3)	14

En la frecuencia de todos los factores, dimensión social pares la mayor cantidad de estudiantes está representado por medio bajo 16, siguiente un nivel medio alto 15, el nivel alto representa 03 y el nivel bajo 14.



*Figura 5. Autoestima social pares*

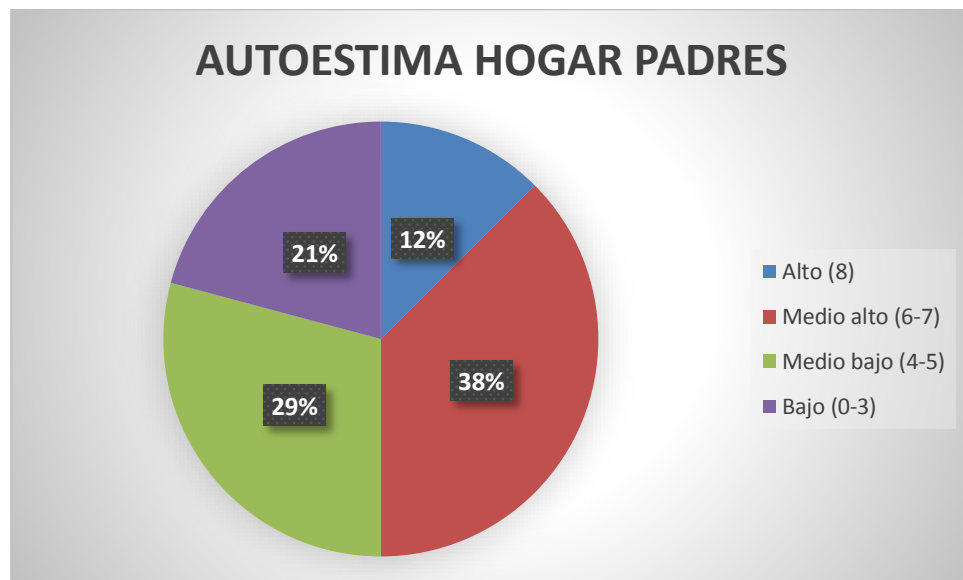
En la autoestima social pares, se puede observar que el mayor porcentaje es 34% que significa una autoestima medio bajo, el 31% de los estudiantes representa una autoestima de nivel medio alto, el 29% de los estudiantes representa una autoestima de nivel bajo y el nivel de autoestima alto representa un grupo de 6% de los estudiantes.

Tabla 7.

*Frecuencia dimensiones hogar padres*

Niveles	Frecuencia
1. Alto (08)	06
2. Medio alto (6-7)	18
3. Medio bajo (4-5)	14
4. Bajo (0-3)	10

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión hogar padres la mayor cantidad de estudiantes está representado por 18 medio alto, siguiente un nivel medio alto 14, el nivel alto por 06 y el nivel bajo 10.



*Figura 6. Autoestima hogar padres*

En la autoestima hogar padres, se puede observar que el mayor porcentaje es 38% que significa una autoestima medio alto, el 29% de los estudiantes representa una autoestima de nivel medio bajo, el 21% de los estudiantes representa una autoestima de nivel bajo y el nivel de autoestima alto representa un grupo de 12% de los estudiantes.

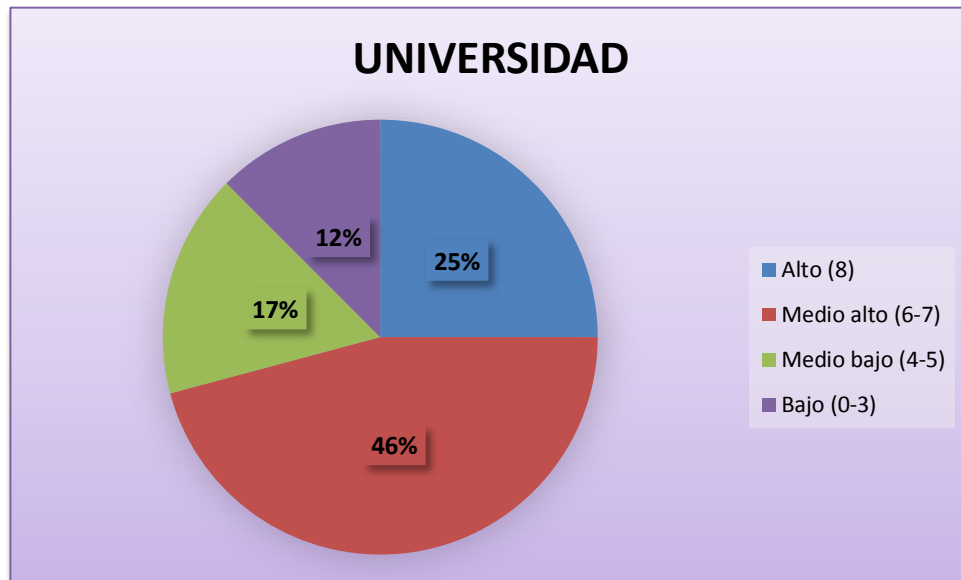
Tabla 8

*Frecuencia dimensión Universidad*

Niveles	Frecuencia
1. Alto (08)	12
2. Medio alto (6-7)	22
3. Medio bajo (4-5)	08
4. Bajo (0-3)	06



En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión universidad la mayor cantidad de estudiantes está representado por medio alto 22, siguiente un nivel alto 12 y el nivel bajo representa 06 y el nivel medio bajo 08.



*Figura 7. Dimensión Universidad*

En la dimensión universidad, se puede observar que el mayor porcentaje es 46% que significa una autoestima medio alto, el 25% de los estudiantes representa una autoestima de nivel alto, el 17% de los estudiantes representa una autoestima de nivel medio bajo y el nivel de autoestima bajo representa un grupo de 12% de los estudiantes.

#### 4.3 Análisis y discusión de resultados

Se puede observar que en la variable de autoestima, presentan un promedio de 80,2 como se observa en el cuadro estadístico de la muestra, lo que significa según este nivel, que los estudiantes presentan una autoestima alta.

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión “**si mismo**”, la mayor cantidad de estudiantes está ubicado por 25 medio alto, siguiente un nivel alto 07, el nivel medio bajo 10 y el nivel

bajo con 06. Similar al trabajo de Silva Ruth (2008) titulado “desarrollo de la autoestima de estudiantes de enseñanza media del colegio san Agustín de Valdivia” de la observación del gráfico 3 podemos señalar que en la Autoestima Familiar el 41% posee un nivel normal que corresponde a 9 de los alumnos, sólo un 9% obtuvo un nivel alto (2 alumnos) y el 50% un nivel bajo (11 estudiantes).

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión hogar padres la mayor cantidad de estudiantes está representado por 18 medio alto, siguiente un nivel medio alto 14, el nivel alto por 06 y el nivel bajo 10 tal como refleja en el trabajo de Silva Ruth (2008) titulado “desarrollo de la autoestima de estudiantes de enseñanza media del colegio san Agustín de Valdivia” que refiere como conclusión lo siguiente: En Chile no es menor la importancia que se le ha dado a la autoestima, pero no hay talleres en los establecimientos que la fortalezcan, si bien hay muchos estudios que nos señalan que el factor familiar y académico están estrechamente relacionados con un buen nivel de autoestima, el sistema educativo no le ha dado mayor importancia.

Los resultados en la figura N° 05 en la dimensión “social pares” en resumen podemos decir que 30 estudiantes presentan un nivel de autoestima bajo y 18 estudiantes presentan un nivel de autoestima alto lo que nos indica que el 63% de estudiantes está en un nivel de autoestima bajo- medio por lo que podemos afirmar que tienen una autoestima social entre pares deteriorada. En virtud de los resultados se puede decir que los alumnos no presentan un buen nivel de interacción social, ya que dentro de la Autoestima Social ninguno de los 22 alumnos posee un nivel alto de Autoestima, lo que reflejan en las malas relaciones interpersonales.

Autoestima en su dimensión “universidad” se puede observar que 12 estudiantes presentan alta autoestima, en el nivel medio alto se encuentran 22 estudiantes, en el nivel medio bajo se encuentran 08 estudiantes y menor cantidad de estudiantes está representado por 6. Como en la mayoría de dimensiones son similares los resultados los cuales coinciden con el trabajo de Nathalie Fiorella Tovar, que realizó un estudio titulado “Nivel de

autoestima y prácticas de conductas saludables en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa N°3049 Tahuantinsuyo-Independencia” nivel aplicativo. Según la dimensión de autoestima general en los estudiantes la mayoría presenta nivel de autoestima medio, lo que caracteriza a los estudiantes como poseedores de una valoración medianamente positiva de sí mismo, con responsabilidad, con confianza y reconocimiento de sus habilidades y las de los demás, Este trabajo es casi igual a nuestra investigación a los niveles de autoestima de la UIGV por lo tanto se puede afirmar que un estudiante con un nivel de alta autoestima será exitoso y responsable en su quehacer cotidiano.

#### **4.4. Conclusiones**

Habiendo analizado y discutido los resultados de los cuatro objetivos planteados, donde se buscó identificar el nivel de autoestima de los estudiantes de suficiencia profesional en sus cuatro dimensiones se llega a la conclusión.

El nivel de la autoestima en su dimensión “sí mismo”, la mayoría de estudiantes tienen un nivel de autoestima medio alto, la cual demuestra que los estudiantes desarrollan una buena autoestima en sí mismos.

En virtud de los resultados se puede decir que los alumnos no presentan un buen nivel de interacción social, ya que dentro de la Autoestima Social de los 48 alumnos posee un nivel alto de Autoestima 6, lo que se refleja en las malas relaciones interpersonales.

El nivel de la autoestima en su dimensión “hogar padres”, la mayoría de estudiantes tienen un nivel de autoestima medio alto que son el 38%, en la cual demuestra que los estudiantes desarrollan una buena autoestima en el hogar.

En la última dimensión “autoestima universidad”, la mayoría de estudiantes tienen un nivel de autoestima alto, en el cual los estudiantes demuestran que desarrollan una buena autoestima en la universidad.

Referido a las otras dimensiones, se requiere desarrollar actividades dirigidas a estos estudiantes a fin de favorecer y mejorar el nivel de autoestima.

#### **4.5. Recomendaciones**

Las recomendaciones derivadas del estudio son:

Que las autoridades de la Facultad de Psicología implementen talleres que promuevan el conocimiento de sí mismo lo que permita discriminar los niveles de autoestima.

Sería pertinente fomentar los talleres y charlas de reflexión de autoestima y su importancia en el desarrollo de la persona dentro de una sociedad altamente competitiva.

Realizar estudios acerca de nuevas estrategias y técnicas para el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes de Psicología de la UIGV.

El desarrollo adecuado de estas estrategias permitirá elevar las capacidades y habilidades emocionales de los estudiantes que los permitirán alcanzar el éxito de su vida personal y laboral.

## **CAPÍTULO V**

### **INTERVENCIÓN**

#### **Diseño del programa**

##### **5.1 Denominación del programa**

###### **“Mejorando nuestra autoestima”**

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión “si mismo”, la mayor cantidad de estudiantes está ubicado por 25 medio alto, siguiente un nivel alto 07, el nivel medio bajo 10 y el nivel bajo con 06. Similar al trabajo de Silva Ruth (2008) titulado “desarrollo de la autoestima de estudiantes de enseñanza media del colegio san Agustín de Valdivia” de la observación del gráfico 3 podemos señalar que en la Autoestima Familiar el 41% posee un nivel normal que corresponde a 9 de los alumnos, sólo un 9% obtuvo un nivel alto (2 alumnos) y el 50% un nivel bajo (11 estudiantes).

En la frecuencia de todos los factores, se puede observar que en la dimensión hogar padres la mayor cantidad de estudiantes está representado por 18 medio alto, siguiente un nivel medio alto 14, el nivel alto por 06 y el nivel bajo 10 tal como refleja en el trabajo de Silva Ruth (2008) titulado “desarrollo de la autoestima de estudiantes de enseñanza media del colegio san Agustín de Valdivia” que refiere como conclusión lo siguiente: En Chile no es menor la importancia que se le ha dado a la autoestima, pero no hay talleres en los establecimientos que la fortalezcan, si bien hay muchos estudios que nos señalan que el factor familiar y académico están estrechamente relacionados con un buen nivel de autoestima, el sistema educativo no le ha dado mayor importancia.

Los resultados en la figura N° 05 en la dimensión “social pares” en resumen podemos decir que 30 estudiantes presentan un nivel de autoestima bajo y 18 estudiantes presentan un nivel de autoestima alto lo que nos indica que el 63% de estudiantes está en un nivel de autoestima bajo- medio por lo que podemos afirmar que tienen una autoestima social entre pares deteriorada. En virtud de los resultados se puede decir que los

alumnos no presentan un buen nivel de interacción social, ya que dentro de la Autoestima Social ninguno de los 22 alumnos posee un nivel alto de Autoestima, lo que reflejan en las malas relaciones interpersonales.

## **5.2 Fundamentación y Justificación**

La autoestima y la educación Universitaria se presentan con la motivación, con el desarrollo de la personalidad, con las relaciones sociales y con el contacto afectivo del alumno consigo mismo. Cada vez que se establece una interacción, se está transmitiendo aprobación o desaprobación y en esa misma medida, se van devolviendo o entregando características personales que pasan a integrar la autoimagen de esa persona.

Se puede apreciar que existe una relación circular; si el alumno tiene una autoestima alta se comportara en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitara el trabajo.

Si la autoestima es baja se pondrá agresivo irritable, poco cooperador, poco responsable.

Por lo tanto, considero que la presente investigación ayudará a que los estudiantes mejoren su autoestima para el pleno desarrollo de su personalidad y serán conscientes de sus potencialidades y necesidades.

## **5.3 Objetivos**

- Desarrollar herramientas para mejorar la autoestima en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, 2017.
- Implementar estrategias para mejorar el nivel de sí mismo y social pares en la autoestima de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

#### **5.4. Sector al que se dirige**

Sector educativo

El programa de intervención “Mejorando nuestra autoestima” está dirigida a los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

#### **5.5. Establecimiento de conductas problema/meta.**

- Mejora la Autoestima de los estudiantes.

**Metas:** En el presente trabajo es mejorar el nivel de autoestima de los estudiantes Bachilleres de suficiencia profesional de Psicología, generaran una retroalimentación que recaerá nuevamente sobre la reconstrucción de la autoestima alta con este programa se pretende lograr a que mejoren su autoestima a través de las actividades vivenciales en su ámbito social familiar y Educativo.

#### **5.6. Metodología de la intervención**

Los contenidos de la materia requieren de un taller vivencial donde el estudiante interactúe y sea el protagonista de su cambio y mejora de su autoestima por parte del psicólogo así como una metodología descriptiva, activa, participativa y dinámica por parte del estudiante de suficiencia profesional, intentando lograr, entre todos, un espacio abierto al diálogo y la reflexión.

#### **5.7. Instrumentos o material a utilizar**

Recursos Materiales

- Plumones
- Pizarra
- Sillas
- Plantillas

- Papelotes
- Papel bond

### **Recursos Humanos**

- Psicólogo facilitador

### **5.8. Cronograma**

<b>Sesión</b>	<b>Tema</b>	<b>Fecha</b>
<b>Sesión 1</b>	¿Quién soy yo?	30-03-2017
<b>Sesión 2</b>	¿El rosal?	31-03-2017
<b>Sesión 3</b>	¿Diseño mi auto imagen?	06-04-2017
<b>Sesión 4</b>	¿Mi imagen corporal?	12-04-2017
<b>Sesión 5</b>	¿Repertorio emocional negativo?	22-04-2017
<b>Sesión 6</b>	¿El juicio?	05-05-2017
<b>Sesión 7</b>	¿Alimentando mí autoestima?	13-05-2017
<b>Sesión 8</b>	¿Estoy contento de no ser?	14-05-2017



## ACTIVIDADES

### SESIÓN 1: SEMANA 1

Sesión 1: **Primera** imagen si mismo ¿Quién soy yo?

#### Objetivo específico

Describir los aspectos más relevantes de la propia percepción.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos
- **Recurso:** Aula, Sillas
- **Temporalización** 45 minutos
- **Desarrollo**

La actividad consta de tres partes: la primera ¿Quién soy yo? Se les indica que cada uno de los participantes responda a la pregunta. Generalmente las respuestas oscilan entre aspectos físicos, académicos o laborales. Se debe estimular la expresión de aspectos socio-afectivos. La segunda imagen: ¿Por qué me gustas tú? los participantes ubicados en círculo, uno de ellos se colocará al centro de los demás. Mirándolo a los ojos, todos los participantes le dirán cualidades, atributos o características referidas a cualquier aspecto de su persona. Después de cada expresión solo responderá “Gracias” al final, comentara sobre todo lo que ha sentido con respecto a las expresiones de sus compañeros y si está de acuerdo o en desacuerdo con alguna de ellas. La tercera imagen ¿Qué es lo que piensas de mí? Se les indica a los participantes que reflexionen y respondan la pregunta: ¿Qué es lo que piensan de mí?

Después de terminar con el trabajo de las tres imágenes, se procederá a evaluar que niveles de concordancia, coherencia o contradicción se presenta entre estas y se analizará porqué.

- **Criterios de evaluación**

Respuesta rápida. Actitud positiva en el desarrollo de la actividad.

## SESIÓN 2: SEMANA 2

### Sesión 2 ¿EL ROSAL?

- **Objetivos específicos**

Fortalecer el nivel de autoestima, autoimagen, manejo interpersonal del estudiante de suficiencia.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos

- **Recurso:** Aula, Sillas

- **Temporalización:** 40 minutos

- **Desarrollo**

En estado de relajación y con los ojos cerrados, se le solicita al participante que imagina que ya no es una persona, sino se ha convertido en un rosal. Debe imaginar ¿Qué siente?, ¿Cómo es?, ¿en qué tipo de ambiente está?, ¿Cómo es el clima a su alrededor?

También debe imaginar: ¿Cómo es la tierra?, ¿Dónde está ubicado?, ¿Cómo son sus raíces, tallo, ramas y flores?, ¿Cuántas rosas tiene y de que colores?, ¿tamaño de las espinas?, ¿Qué dicen los demás cuando lo ven? Y luego para finalizar se les indica que una persona se acerque con unas tijeras para cortarlo; que siente ¿llegaran a cortarlo o no?

Al golpe de una palmada se dará termino al ejercicio, entonces se estimulará para que cada uno comente su experiencia, analizando los diferentes aspectos que involucran la percepción de sí mismo, su relación con los demás y su ajuste al entorno.

- **Criterios de evaluación**

Forma de respuesta rápida al describir y aceptarse a sí mismo.

### **SESIÓN 3: SEMANA 3**

Sesión 3 ¿diseño mi auto imagen?

- **Objetivos específicos**

Mejorar el grado de aceptación y/o creencias respecto a la imagen que se proyecta hacia lo demás.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos

- **Recurso:** Aula, sillas, colores y papel bond

- **Temporalización:** 40 minutos

- **Desarrollo**

En un paleógrafo se dibuja el contorno de la propia figura física.

También opcionalmente se puede presentar en una hoja bond. Se solicita que destaque su perfil, utilizando diferentes colores, símbolos o inscripciones lo siguiente:

Lo que más le gusta

Lo que más le admiran los demás

Lo que más le desagrada

Lo que más le permite comunicarse con los demás.

Lo que más le identifica.

Al final del trabajo, los participantes pegaran las siluetas en la pared, observando y reflexionando sobre todas las anotaciones efectuadas por ellos mismos.

- **Criterios de evaluación**

Aceptación de su cuerpo y forma de ser, analizando el armado de las siluetas.

## **SESIÓN 4: SEMANA 4**

Sesión 4: ¿Mi imagen corporal?

- **Objetivos específicos**

Aceptar mi imagen física.

**Estrategia:** Dinámica de grupos

- **Recurso:** Aula, Sillas, figura papel bond.

- **Temporalización:** 40 minutos

- **Desarrollo**

En una hoja de papel se dibuja el contorno de la figura física. A las partes del cuerpo que más le gusta les pondrá corazones y a las que rechaza, les colocará un aspa o cruz. Después cada participante se ubicará dentro del ambiente y mostrará su trabajo. Los demás comparan su dibujo con su figura real expresando su conformidad o disconformidad. Por ejemplo: “por qué tachaste tus ojos si los tienes bonitos” o “tienes las piernas delgadas, pero podrías hacer ejercicios”, etc.

- **Criterios de evaluación** Aceptación del cuerpo físico.

## **SESIÓN 5: SEMANA 5**

Sesión 5 ¿Repertorio emocional negativo?

- **Objetivos específicos**

Aprender a identificar las emociones negativas, para manejarlos y/o controlarlos.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos

- **Recurso:** Repertorio y crayolas.

- **Temporalización:** 45 minutos

- **Desarrollo**

Se le entregara a cada participante, el listado del repertorio emocional negativo (temores, cólera y penas) a fin de que marque con resaltador o crayola, lo que se le presenta en forma más frecuente.

Después de resaltar las emociones negativas en el cuadro, deberán describir las circunstancias o momentos en que se les presentan en forma más frecuente.

- **Criterios de evaluación**

Describe los hechos o circunstancias sin ansiedad ni vergüenza

## **SESIÓN 6: SEMANA 6**

Sesión 6 ¿El juicio?

- **Objetivos específicos**

Reflexionando sobre la actitud positiva o mejorar en la aceptación de su rol social.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos

- **Recurso:** Aula, Sillas

- **Temporalización:** 45 minutos

- **Desarrollo**

Se forma parejas, adoptando primero el papel de fiscales acusándose mutuamente, respecto a las conductas inadecuadas que tienen en relación a la situación objetivo. En un segundo momento, adoptaran el rol de abogados defensores, asumiendo y/o explicando el porqué de esas conductas. Luego reunido en un solo grupo procederán a intercambiarse de sitios, formando una ronda, en la cual cada miembro de las parejas formadas, dará su veredicto con respecto a su compañero, sin identificarlo, determinando su inocencia o culpabilidad.

- **Criterios de evaluación**

Aceptación de la situación con actitud positiva, asume su inocencia o culpabilidad

## SESIÓN 7: SEMANA 7

### Sesión 7 ¿Alimentando mi autoestima?

- **Objetivos específicos**

Trabajar con aspectos positivos de sí mismo para nutrir la autoestima.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos y expositiva.

- **Recurso:** Papel bond y lapiceros.

- **Temporalización:** 45 minutos

- **Desarrollo**

Cada participante completará las siguientes oraciones:

Me siento bien cuando.....

A mí me quieren porque.....

La persona que más creyó en mí fue.....

Me siento capaz cuando.....

Después leerá lo trabajado ante el grupo para fomentar el auto exposición.

Se trabaja en parejas en posición frente a frente, tomadas de la mano y se les pide a los participantes que alternadamente expresen frases con cualidades positivas de su compañero, iniciando la frase con: “Carmencita tu eres mi mejor amiga y te quiero mucho por,.....”

- **Criterios de evaluación**

Respuesta rápida, y actitud positiva.

## SESIÓN 8: SEMANA 8

Sesión 8 ¿Estoy contento de no ser?

- **Objetivos específicos**

Identificar y reconocer valores personales en relación a otros modelos disminuidos o negativos.

- **Estrategia:** Dinámica de grupos
- **Recurso:** hoja de papel y plumones
- **Temporalización:** 40 minutos
- **Desarrollo**

Se le pide al participante que intente discriminar que cualidades posee en relación a características o valores disminuidos o negativos en aspectos: corporales, académicos, emocionales, sociales, etc. Debe anotarlos en una hoja de papel. Ejemplo:

Estoy contento de no ser.

.....un ladrón

.....un limitado físico mental

..... Un insensible

.....un ocioso

Los participantes deben ser conscientes de sus cualidades y características que difieren a la actividad.

- **Criterios de evaluación**

Explica sus cualidades que no lo identifican, indicando que se siente bien como es.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, P. R. y Hernández, J. A. (2004).** *La autoestima en la educación* Límite, 1(11), p.82-95 Universidad de Tarapacá Arica, Chile Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/836/83601104.pdf>
- Alva C. (2016)** *Fortalecimiento de la autoestima mediante la psicoterapia Gestalt en estudiantes del primer ciclo de una universidad privada de Lima metropolitana* (tesis de grado). Recuperado de [file:///C:/Users/PROFESOR/Downloads/Alva\\_sc.pdf](file:///C:/Users/PROFESOR/Downloads/Alva_sc.pdf)
- Amado, B. (2004).** *Efectos de un programa de habilidades sociales y la autoestima de niños en edad escolar* (tesis de grado). Recuperado de <http://www.hera.ugr.es/tesisugr/12811049.pdf>
- Branden, N. (1992).** *El poder de la autoestima*. Argentina. Edit. Paidós.
- Branden, N. (1998).** *Los seis pilares de la autoestima*. Buenos Aires, Argentina: Paidós Iberoamérica.
- Brown, J., Dutton, K., y Cook, K. (2001).** From the top down: Self-esteem and self-evaluation. *Cognition and Emotion*, 15(5), p.615-631. doi:10.1080/02699930143000004.
- Carrillo, L. S. (2001),** Autoconcepto y desesperanza aprendida en un grupo de maestro en Lima. *Revista de psicología de la PUCP*. 19.
- Castañeda, A. (2013).** *Autoestima, claridad de auto concepto y salud mental en adolescentes de Lima Metropolitana Lima* (tesis de licenciatura). Universidad Católica del Perú. Recuperado de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5094/CASTANDA\\_DIAZ\\_ANNA\\_AUTOESTIMA\\_ADOLESCENTES.pdf?sequence=1](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5094/CASTANDA_DIAZ_ANNA_AUTOESTIMA_ADOLESCENTES.pdf?sequence=1)
- Cava, M. J., Musitu, G. y Vera, A. (2000).** Efectos Directos e Indirectos de la Autoestima en el Ánimo Depresivo. *Revista Mexicana de Psicología*, 17(2), 151-161. Recuperado de: <https://www.uv.es/lisis/mjesus/5cava.pdf>

- Ceballos, G., Suarez-Colorado, Y., Suescún-Aregocés, J., Gamarra-Vega, L. M., González, K. E. y Sotelo-Manjarres, A. P. (2015).** Ideación suicida, depresión y autoestima en adolescentes escolares de Santa Marta. *Duazary*. 12 (1), 15-22.
- Coopersmith, S. (1967).** *The antecedent of self-esteem*. Consulting Psychologists. 3ra edition. EE. UU.
- García, C. (2005)** *Autoconcepto, autoestima y su relación con el rendimiento académico* (tesis de postgrado). Universidad de Autónoma de Nuevo León. Recuperado de <http://eprints.uanl.mx/6882/1/1080127503.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006)** *Metodología de la investigación*. Ed Mc Graw hill.
- Iannizzotto, M. E. (2009).** Hacia una genuina valoración del sí mismo de la persona. *Información Filosófica*, 6(13), 79-110. doi:10.3308/2009.01
- Lachira, L. (2014).** *Risoterapia: intervención de enfermería en el incremento de la autoestima en adultos mayores del club "Mis Años Felices"* (tesis de grado). Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3534/1/Lachira\\_yl.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3534/1/Lachira_yl.pdf)
- Muñoz, L. (2011).** *Relación entre autoestima y variables personales vinculadas a la escuela en estudiantes de nivel socio-económico bajo* (tesis post grado) Recuperado de [http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2011/cs-munoz2\\_l/html/index-frames.html](http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2011/cs-munoz2_l/html/index-frames.html)
- Nolasco, G. M. (2014).** *Autoestima y estrés académico en los estudiantes de la clínica estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo* (tesis pregrado) Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1112>
- Ortiz M, A. X. J. (2006).** *Habilidades sociales y autoestima en estudiantes de Urdaneta* (tesis de grado) Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-06-00338.pdf>

- Pacheco, J., Luarte, C., Pérez, S. & Linzmayer, L. (2015).** Incidencia en la autoestima, a partir de una intervención pedagógica basada en el Karate tradicional, en estudiantes de una Universidad del Sur de Chile. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, 16(2), 79-85. Recuperado de <https://revistacaf.com/ojs/index.php/RCAF/article/view/16/16>
- Ramia, M. (2002).** *Autoestima*. Recuperado de [www.scielo.org.ve](http://www.scielo.org.ve)
- Ramírez, M. (1997).** Establece la muestra (tesis de pregrado citado por Urbe) Recuperado de <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0092506/cap03.pdf>
- Ribeiro, L. (2012).** *Personalidad y autoestima en agresores* (tesis de pregrado) Recuperado de [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/346/1/TL\\_Chumacero\\_Williss\\_DaniaKatherine.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/346/1/TL_Chumacero_Williss_DaniaKatherine.pdf)
- Rodríguez, M. y Pellicer, G. (1988).** *Autoestima, la clave del éxito personal 10ª. Reimpresión*, Ed. El Manual Moderno, México. Recuperado de <https://prepapsique.files.wordpress.com/2014/08/manual-autoestima-2008.pdf>
- Sánchez C. H. & Reyes R, C. (1994).** *Grandes personajes de la psicología contemporánea Lima: Facultad de Psicología*. Universidad Ricardo palma recuperado de <http://www.urp.edu.pe/pdf/psicologia/revista-03.pdf>
- Sánchez, C. H. & Reyes, R. C. (2006).** Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*. Recuperado de <http://www.urp.edu.pe/pdf/psicologia/revista-025pdf>
- Schuller, R. (s/f).** *La autoestima: La fuerza dinámica del éxito*. México: V Siglo.
- Tova, N. (2010).** *Nivel de autoestima y prácticas de conductas saludables en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa N°3049 Tahuantinsuyo-Independencia* (tesis de grado). Recuperado de <http://studylib.es/doc/4889130/nivel-de-autoestima-y-pr%C3%A1cticas-de-conductas-saludables-e...>
- Yagosesky, R. (1997).** *"Autoestima"* Recuperado de <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2007/ffa473a/doc/ffa473a.pdf>

## Anexos

### Matriz de consistencia

**TÍTULO:** Niveles de autoestima en bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional de la Universidad Inca Garcilaso de La Vega, 2017

**AUTOR:** William Camilo Yauris Polo

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
<b>Problema General</b>	<b>Objetivo General</b>	<p>Variable:</p> <p>La autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar; en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida, en nuestro derecho a triunfar ya ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios ya gozar del fruto de nuestros esfuerzos.</p>	<p>V: Autoestima en los estudiantes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alto</li> <li>• Medio alto</li> <li>• Medio bajo</li> <li>• Bajo</li> </ul>	<p>Tipo: Descriptiva Diseño: Transversal</p> <p>Población: Compuesta de 48 estudiantes de la Facultad de psicología. Muestra:</p> <p>Todos los estudiantes de suficiencia profesional.</p> <p>Técnica: Muestreo cenal.</p> <p>Instrumento:</p> <p>a) ficha técnica Autor: Stanley Coopersmith. Año de Edición: 1997 Traducción: Panizo M.I. Adaptación: Chahuayo, Aydee y Díaz Betty Ámbito de Aplicación: de 16 a 25 años. Forma de Administración: Individual y Colectiva. Normas que ofrece: Los sistemas de medida dan lugar a varias modalidades de normas. El Inventario de Autoestima de Coopersmith está constituida por 58 afirmaciones, con respuestas dicotómicas (SI – NO), que brindan información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de 4 sub test.</p>
<b>Problemas Específicos</b>	<b>Objetivos Específicos</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión si mismo de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?</li> <li>2. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión social-pares de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?</li> <li>3. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión hogar-padres de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?</li> <li>4. ¿Cuál es el nivel de autoestima en su dimensión universidad de los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar el nivel de autoestima en su dimensión si mismo en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.</li> <li>2. Identificar la autoestima en su dimensión social-pares en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.</li> <li>3. Identificar la autoestima en su dimensión hogar-padres en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.</li> <li>4. Identificar la autoestima en su dimensión universidad en los bachilleres de psicología del curso suficiencia profesional.</li> </ol>			



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Lima, 25 de Enero del 2017

Carta N° 280-D/FPyTS-UIGV-2017

**Doctora**

**EDITH SOLEDAD OLIVERA CARHUAZ**  
**CURSO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**

Presente.-

Ref.: Carta N°155-D/FPyTS-UIGV-2017  
Carta N°168-D/FPyTS-UIGV-2017

Es grato dirigirme a usted, con la finalidad de saludarla muy cordialmente y a la vez en atención a los documentos de la referencia, hacer de su conocimiento que se acepta la realización de una muestra de investigación en la Facultad de Psicología y Trabajo Social a los señores participantes del Curso de Suficiencia Profesional, Carrera Profesional de Psicología: **MILAGROS TERESA DELGADO TORRES** y **WILLIAM CAMILO YAUROS POLO**.

Hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi consideración y estima personal.

Atentamente,



Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS  
Decano (e)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

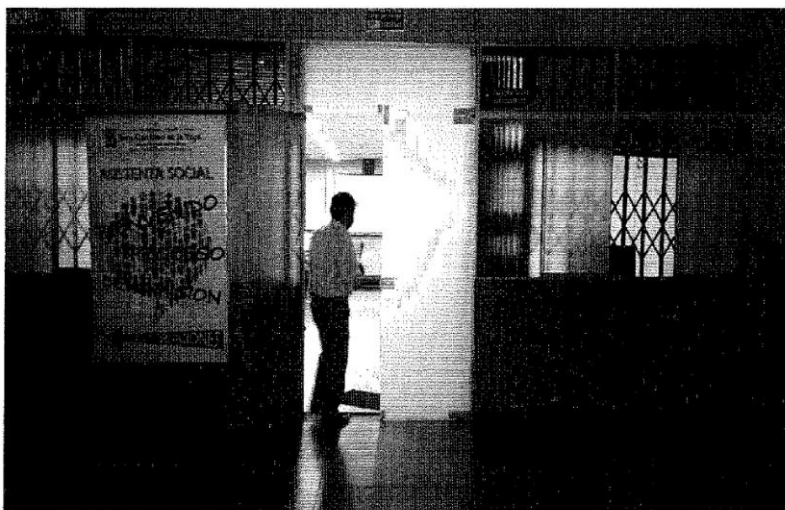
RGS/crh  
Id. 567496

# INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

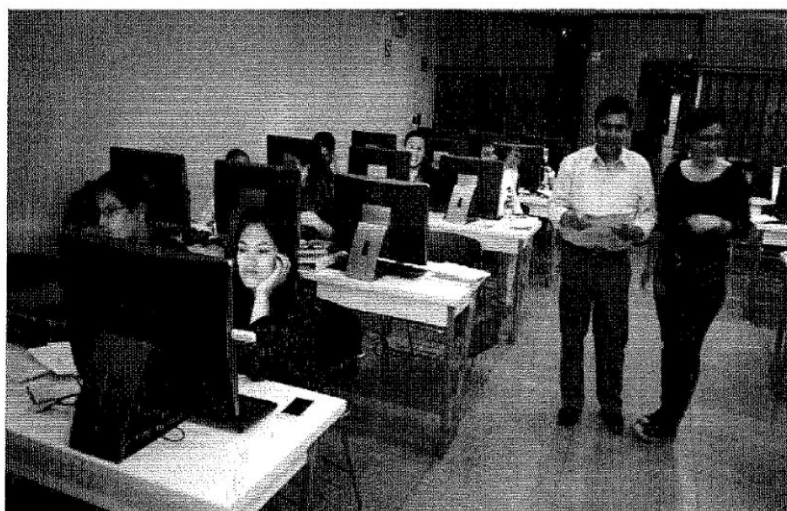
**Instrucción:** A continuación, hay una lista de frases sobre sentimientos. Si una frase describe cómo te sientes marca con una "X" en la columna "SI", es decir si estás de acuerdo con la oración, y marca con una "X" en la columna "NO" si estás en desacuerdo con la oración. No hay respuesta "correcta" e "incorrecta"

	SI	NO
1.- Generalmente los problemas me afectan muy poco		
2.- Me cuesta mucho trabajo hablar en público		
3.- Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí		
4.- Puedo tomar una decisión fácilmente		
5.- Soy una persona agradable		
6.- En mi casa me enoja fácilmente		
7.- Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo		
8.- Soy popular entre las personas de mi edad		
9.- Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos		
10.- Me doy por vencido fácilmente		
11.- Mis padres esperan demasiado de mí		
12.- Me cuesta mucho trabajo aceptarme tal como soy		
13.- Mi vida es muy complicada		
14.- Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas		
15.- Tengo mala opinión de mí mismo		
16.- Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
17.- Con frecuencia me siento incómodo con mis compañeros de la universidad		
18.- Soy menos guapo o (bonita) que la mayoría de la gente		
19.- Si tengo algo que decir generalmente lo digo		
20.- Mi familia me comprende		
21.- Los demás son mejores aceptados que yo		
22.- Generalmente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23.- Generalmente me siento sub. estimado(a) por mis compañeros de estudio		
24.- Muchas veces me gustaría ser otra persona		
25.- Se puede confiar muy poco en mí		
26.- Nunca me preocupo por nada		
27.- Estoy seguro de mí mismo		
28.- Me aceptan fácilmente en un grupo		
29.- Mi familia y yo la pasamos muy bien		
30.- Paso bastante tiempo imaginando mi futuro		
31.- Desearía tener menos edad		
32.- Siempre hago lo correcto		
33.- Estoy orgulloso de mi rendimiento en la universidad		

34.- Alguien tiene que decirme siempre lo que tengo que hacer		
35.- Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
36.- Nunca estoy contento		
37.- Estoy haciendo lo mejor que puedo para conseguir mis logros académicos		
38.- Generalmente puedo cuidarme solo(a)		
39.- Soy bastante feliz		
40.- Preferiría estar con jóvenes menores que yo		
41.- Me agradan todas las personas que conozco		
42.- Me gusta cuando me invitan a exponer un tema relacionado a la profesión que estudio		
43.- Me entiendo a mí mismo		
44.- Nadie me presta mucha atención		
45.- Nunca me reprenden		
46.- No me está yendo tan bien en la universidad como yo quisiera		
47.- Puedo tomar una decisión y mantenerla		
48.- Realmente no me gusta ser joven		
49.- No me gusta estar con otras personas		
50.- Nunca soy tímido		
51.- Generalmente me avergüenzo de mí mismo		
52.- Soy el centro de las bromas que realizan mis compañeros		
53.- Siempre digo la verdad		
54.- Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz		
55.- No me importa lo que me pase		
56.- Soy un fracaso		
57.- Me fastidio fácilmente cuando me reprenden		
58.- Todas las acciones que realizo siempre necesito comunicárselo a los demás.		

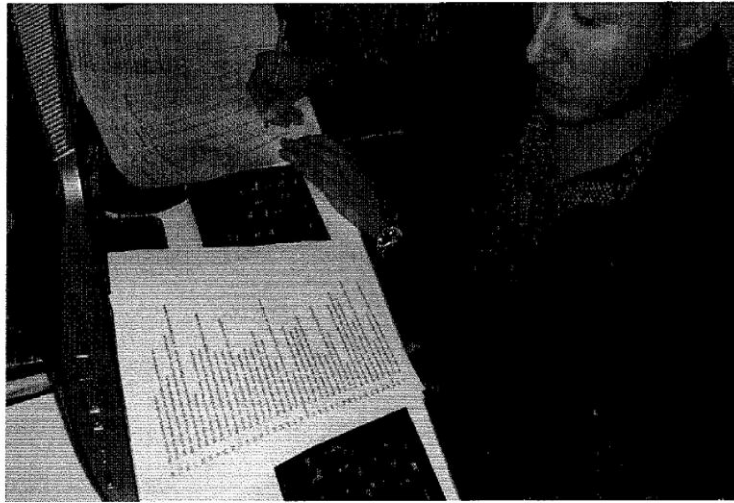


Ingresando al aula.



Realizando las indicaciones del test de autoestima.





Estudiante de psicología resolviendo el test de autoestima.



Recogiendo los test de autoestima.